قسط 4

اسلام اور سائنس

محمد موسیٰ کلیم بلغاری

ماں کے دودھ کی اہمیت

﴿والوالدات یرضعن اولادھن حولین کاملین لمن اراد ان یتم الرضاعة وعلی المولودله رزقهن وکسوتهن بالمعروف لا تکلف نفس الاوسعها لا تضآر والدة بولدها ولا مولوده بولده وعلی الوارث مثل ذلك فان ارادا فصالاً عن تراض منهما و تشاور فلا جناح علیهما وان اردتم ان تسترضعوا اولادکم فلا جناح علیکم اذا سلمتم ما آتیتم بالمعروف واتقوا الله واعلموا ان الله بما تعملون بصیر O﴾

(ترجمہ) جو باپ چاہتے ہوں کہ ان کی اولاد پوری مدت رضاعت تک دودھ پئے تو مائیں اپنے بچوں کو کامل دو سال دودھ پلائیں۔ اس صورت میں بچے کے باپ کو معروف طریقے سے ان ماؤں کی غذا اور لباس کا بندوبست کرنا ہوگا' مگر کسی پر اس کی وسعت سے بڑھ کر بار نہ ڈالنا چاہئے۔ نہ تو ماں کو اس وجہ سے تکلیف میں ڈالا جائے کہ بچہ اس کا ہے اور نہ باپ ہی کو اس وجہ سے تنگ کیا جائے کہ بچہ اس کا ہے۔ دودھ پلانے والی کا یہ حق جیسا کہ بچے کے باپ پر ہے ویسا ہی اس کے وارث پر بھی ہے' لیکن اگر فریقین باہمی رضامندی اور مشورے سے دودھ چھڑانا چاہیں تو ایسا کرنے میں کوئی مضائقہ نہیں اور اگر تمہارا خیال اپنی اولاد کو کسی غیر عورت سے دودھ پلوانے کا ہو تو اس میں بھی کوئی حرج نہیں بشرطیکہ اس کا جو کچھ معاوضہ طے کرو وہ معروف طریقے سے ادا کرو۔ اللہ سے ڈرو اور جان رکھو کہ جو کچھ تم کرتے ہو سب اللہ کی نظر میں ہے۔ (البقرہ ۲۳۳)

ماں کا بچے کو اپنا دودھ پلانا خود اس کی اور بچے کی صحت کے لئے بے حد اہم ہے لیکن بدقسمتی سے کچھ زر پرست ڈاکٹروں اور ڈبے کا دودھ بنانے والوں کے تجارتی مقاصد نے ماں کے قدرتی دودھ کے خلاف پروپیگنڈا کیا ۔ مگر حالیہ سالوں میں سائنس اس بات پر مجبور ہو گئی ہے کہ وہ عالمی ادارہ صحت WHO کے کہنے کے مطابق اس قسم کے ہر پروپیگنڈے کو ممنوع قرار دے۔

اس آیت کی تشریح کے سلسلے میں حسب ذیل سوالوں کے جواب سائنسی نکتہ نظر سے پیش خدمت ہیں:

۱۔ ماں کا دودھ بچے کو کیا دیتا ہے ؟

۲۔ ماں کا دودھ کتنی دفعہ اور کتنے وقفوں سے پلانا چاہیئے ؟

۳۔ دودھ پلانے کا اثر ماں پر کیا ہوتا ہے ؟

(۱)۔ ماں کے دودھ کی فطری صفات :-

غذائیت کے لحاظ سے انسان کو تین قسم کی بنیادی خوراک یعنی فاسفورس اور وٹامنز کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ سب اجزاء یعنی حیاتیات، شکر، چکنائیاں، فاسفورس اور وٹامنز ماں کے دودھ میں ہوتے ہیں، مگر اس دودھ کی خاصیت یہ ہے اس میں یہ اجزاء بے حد حیران کن اور نازک ترین تناسب سے ہوتے ہیں۔ اس کا زیادہ اہم راز یہ ہے کہ اس آمیزش میں چربی والے سالمے بے حد چھوٹے ذروں کی صورت میں ایک جیسے پھیلے ہوتے ہیں۔

ماں کے جسم کی حالت جیسی بھی ہو اس کا دودھ اس قدر مقوی ہوتا ہے کہ ایک ارب پتی رئیس کے کھانے کی میز کی کوئی چیز بھی اس کا مقابلہ نہیں کر سکتی۔ بطور خاص پہلے چھ مہینوں میں تو نوزائیدہ بچے کی وٹامنز کی تمام ضروریات ماں کے دودھ سے پوری ہوتی ہیں۔ سائنس تو ان والدین کی نادانی پر ہنستی نظر آتی ہے جو دوسرے مصنوعی طریقوں سے بچے کی ضروریات بشمول وٹامن سی پوری کرنے کیلئے سرگرداں رہتے ہیں۔

ابتدائی چھ مہینوں میں ماں کے دودھ میں ایسی اینٹی بوڈیز (Anti Bodies) پائی جاتی ہیں جو بچے کو چھوت کی بیماریوں سے محفوظ رکھتی ہیں۔ اس میں چیچک سے بچاؤ کی اینٹی بوڈیز اس ماں کے دودھ میں بھی ہوتی ہیں جسے خود کبھی چیچک نہ ہوئی ہو۔ حیاتیاتی طور پر یہ ایک ناقابل حل معمہ ہے البتہ یہ اس حقیقت کی نشاندہی ہے کہ اللہ پاک انسان کو کس طرح سے عزیز رکھتا ہے اور اسے کتنی اہمیت دیتا ہے۔

کچھ ملحد اور بے دین سائنسدانوں کا یہ احمقانہ بیان ہے کہ ماں کے دودھ میں فولاد کی کمی ہوتی ہے۔ خون، جگر میں ہی پیدا ہوتا ہے اور جب بچہ ابھی ماں کے پیٹ میں ہی ہوتا ہے اس کے جگر میں فولاد کا ذخیرہ ہوتا ہے۔ اس خیالی کمی کو پورا کرنے کیلئے فولاد کی حامل جو دوائیاں چھوٹے بچے کو دی جاتی ہیں وہ اسے زندگی بھر کیلئے انتڑیوں کی سوزش کا شکار بنا دیتی ہیں۔

بیالوجی (Biology) کے مطابق یہ اشد ضروری ہے کہ بچے کو شروع کے چھ مہینوں میں ماں کا دودھ ضرور دیا جائے اس لئے کہ جگر جو عام طور پر ہاضمہ کے افعال کا مرکز ہوتا ہے اس دور میں بچے کا خون بنانے میں مشغول ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قادر مطلق نے نوزائیدہ بچے کی نشوونما اپنے بے مثال اور مکمل کنٹرول کے تحت صرف دودھ ہی سے

مقرر کی ہے۔

(۲) ماں کا دودھ کم از کم کتنے وقفے کے بعد دیا جائے:-

بچے کے دودھ پینے پر ملحد لوگ جو پابندی لگاتے ہیں وہ یہ ہے کہ اسے زیادہ سے زیادہ چار چار گھنٹوں کے بعد دودھ دیا جائے۔ ہضم کے عام وقت کو سامنے رکھ کر انہوں نے یہ تخیلاتی پابندی لگائی ہے' ریسرچ نے یہ ثابت کر دیا ہے کہ دودھ تو صرف 45 منٹوں میں ہضم ہو جاتا ہے جب یہ وقفہ یا وقت پورا ہو جاتا ہے تو ماں کے پستانوں میں اضطراری تعلق روحانی (Telepathic Reflex) کے ذریعے دودھ خود بخود اتر آتا ہے اور بچہ عام طور پر بھوک سے رونے لگتا ہے۔ یہ سب حیاتیاتی کمپیوٹری نظام ہے اور جب قدرت کے عطا کردہ نظام الاوقات کو ترک کر کے لمبے وقفے دیئے جاتے ہیں تو بچے کے پیٹ میں تیزابیت (Acid) پیدا ہو جاتی ہے۔ جس سے اس کے نظام ہضم کو شدید نقصان پہنچتا ہے۔ یہ بھی اندازہ لگایا جا چکا ہے کہ اس سے السرز (Ulcers) پیدا ہوتا ہے جس کا عذاب زندگی بھر رہتا ہے۔

جہاں تک دودھ پلانے کے وقت یا عرصہ کا تعلق ہے' اس سلسلے میں علم طب نے ابھی حال ہی میں ماں کے دودھ کی اہمیت کو سمجھنا شروع کیا ہے' مگر اس سلسلے میں من مانا وقت تجویز کیا گیا ہے جو صرف نو مہینے ہے۔

ماں کے دودھ پلانے کی بنیاد دو حقائق پر رکھی گئی ہے:

(الف) جگر پہلے ہی بے حد مصروف ہوتا ہے اور ہمہ وقت خون بنانے میں لگا ہوتا ہے۔ چنانچہ دودھ کی اشد ضرورت ہوتی ہے۔ خون بنانے کے سلسلے میں جگر کو پورے دو سال لگ جاتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ماں کا دودھ بھی دو سال کی عمر تک جاری رکھنا بے حد ضروری ہے۔

(ب) بچے کے بڑھنے کا سب سے اہم مرحلہ جس میں حیاتیاتی غذا کی اشد ضرورت پڑتی ہے پہلے دو سال کا وقت ہی ہوتا ہے۔ طبی سائنس نے بھی اس حقیقت کو مکمل طور پر تسلیم کر لیا ہے کہ بچے کی زندگی کے پہلے دو سال اس کی نشوونما میں بے حد اہم رول ادا کرتے ہیں۔

چنانچہ اس آیت میں یہ حکم بیان کر دیا گیا ہے کہ ماں کا دودھ پلانے کا عرصہ دو سال ہی ہے۔

(۳) دودھ پلانے کا ماں پر اثر:-

(الف) سینے (پستانوں) کے غدودوں (گلینڈز) کا صحت مند عمل:

پوری دنیا کے حاصل کردہ اعداد و شمار سے معلوم ہوا ہے کہ ان ماؤں میں جنہوں نے ایک سے دو سال تک بچے کو اپنا دودھ پلایا ہو' سینے کا کینسر شاذ و نادر ہی ہوتا ہے مگر جن ماؤں نے بچے کو اپنا دودھ نہ دیا ہو' ان کو اس بیماری کا

شدید خطرہ رہتا ہے۔ لہذا ایک سے دو سال تک ماں کا دودھ پلانا خود اس کے لئے کینسر سے بچاؤ کا ایک موثر ذریعہ ہو سکتا ہے۔

(ب) دودھ پلانے کے دوران ماں کے جسم کا حیات نو حاصل کرنا:-

دودھ پلانے والی ماؤں کا جگر پوری استعداد سے کام کر رہا ہوتا ہے۔ اس طرح جسم کے تمام کیمیاوی مسائل قدرتی طور پر زیر معائنہ رہتے ہیں۔ نیز اس وقت ماں کے خون میں تمام جواہر کو یکجان ہونا پڑتا ہے' اس نے ماں کے خلیے دودھ پلانے کے زمانے میں تمام قسم کی کمی اور اقلتوں کو پورا کر دیتے ہیں۔ اس کے علاوہ دودھ پلانے کے وقت جسم کے پیچوٹری گلینڈ پوری طرح مستعد ہوتے ہیں' اس کے لئے ایک عام ہارمون بھی سارے اعمال صحیح طریقے سے سرانجام دے رہا ہوتا ہے۔

اس طرح ماں کی نفسیاتی کیفیت بھی بہت اچھی حالت میں ہوتی ہے۔ ایسی ماں کے ہارمونی توازن میں ہم آہنگی اور نفسیاتی کیفیات میں سکون کا زمانہ اس کے لئے انمول تحفہ ہے۔ عام طور پر جسمانی تھکاوٹ کے باوجود بھی دودھ پلانے والی ماں بد مزاجی کا شکار نہیں ہوتی۔ اس کی اصل وجہ مختلف قسم کے غدودوں کی رطوبتوں میں ہم آہنگی اور توازن ہے۔ یہ اس ہارمونی توازن کی برکت ہی ہے کہ دودھ پلانے والی کے رحم (Womb) اور بیضہ دان (Ovaries) کو آرام و سکون حاصل ہو جاتا ہے۔ اگرچہ یہ وقفہ دودھ پلانے کے وقت کے برابر نہیں ہوتا۔ پھر بھی ماں کے جنسی اعضاء کو کم از کم دو سے چھ ماہ کا جو آرام میسر آجاتا ہے وہ بھی ایک بہت بڑی نعمت ہے۔ اسی دوران ماں کے رحم اور بیضہ دانی کے عام قسم کی تکلیفیں بھی رفع ہو جاتی ہیں۔ دودھ پلانے کے دو سالوں کا عرصہ مثالی دور ہوتا ہے' جس سے ایک ماں پورا پورا فائدہ اٹھا سکتی ہے۔ ماؤں اور بچوں کے خلاف ملحدانہ میڈیسن نے جو جرائم کئے ہیں اور جس طرح ہتک آمیز اور غلط طریقے ایجاد کئے ہیں وہ انتہائی شرمناک اور طبی تاریخ پر سیاہ دھبے ہیں۔

دودھ پلانے والی ماں صحت مند ہوتی ہے اور اس کا دودھ بچے کے لئے صحت کی ضمانت ہے یہ انعام بھی خود قرآن کا ایک عظیم معجزہ ہے۔